

МЕНЮ

«6» октября 2023 г.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 1
В.В. Мещуров

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блю да	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1-4 классы						
Усилен- ный завтрак	Салат из капусты белокочанной и огурцов	60	0,6	3,6	1,86	42,0
	Суфле рыбное	90	12,6	5,4	2,7	100,8
	Картофельное пюре	150	3,19	6,06	23,29	160,41
	Чай с сахаром и лимоном	200/ 15/7	0.07	0.01	15,31	61,62
	Хлеб пш. ржано-пшеничный	30	3,18	0,30	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
	Итого за завтрак:	582	22,64	15,81	83,03	549,53
1-4 классы (ОВЗ)						
Завтрак:	Каша пшенная молочная жидкая	205	6,04	7,27	34,29	227,16
	Чай с сахаром (лимон)	200/ 7	0,07	0,01	15.31	61,62
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
	Бутерброд с джемом	10/2 0/15	1,32	7,6	20,65	156,6
Итого за завтрак:		502	10,43	15,3	90,05	536,0
Обед:	Салат из капусты белокочанной и огурцов	60	0,6	3,6	1,86	42,0
	Суп крестьянский с крупой	200	1,8	6,1	12,3	112,4
	Суфле рыбное	90	12,6	5,4	2,7	100,8
	Картофельное пюре	150	3,19	6,06	23,29	160,41
	Компот из свежих яблок (с витамином С)	200	0.16	0.16	27.87	114.56
	Хлеб пш. ржано-пшеничный	30	3,18	0,30	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
	Итого за обед:	760	24,53	22,06	107,89	714,86
5-11 классы						
Завтрак (для ОВЗ)	Каша пшенная молочная жидкая	250/ 5	7,5	9,04	42,6	282,56
	Чай с сахаром (лимон)	200/ 7	0,07	0,01	15.31	61,62
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
	Бутерброд с маслом	30	1,27	11,3	7,7	137,5
Итого за завтрак:		552	11,89	17,09	98,36	591,4
Обед:	Салат из капусты белокочанной и огурцов	100	1,0	6,0	3,1	70,0
	Суп крестьянский с крупой	250	2,31	7,74	15,43	140,59
	Суфле рыбное	120	16,8	7,2	3,6	134,4
	Картофельное пюре	200	4.26	8.08	31.06	213.94
	Компот из свежих яблок (с витамином С)	200	0.16	0.16	27.87	114.56
	Хлеб пш. ржано-пшеничный	30	3,18	0,30	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
	Итого за обед:	930	30,71	29,92	120,93	858.19

ИП Боковой Е.И.

Беленкова